



---

## HUBUNGAN SIKLUS MENSTRUASI, ASUPAN MAKAN, DAN STATUS GIZI DENGAN ANEMIA PADA CALON PENGANTIN DI PUSKESMAS TOBOALI TAHUN 2022

Mira Dahlia<sup>1</sup>, Rizkiana Putri<sup>2</sup>, Rofiatun Zakiyah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Indonesia Maju

<sup>2</sup>Universitas Indonesia Maju

<sup>3</sup>Universitas Indonesia Maju

E-mail: [miradahlia87@gmail.com](mailto:miradahlia87@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 10-03-2023

Revised: 18-03-2023

Accepted: 27-03-2023

### Keywords:

Anemia, Asupan  
Makan, Menstruasi,  
Status Gizi

**Abstract:** Anemia menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia dan menjadi tantangan besar bagi kesehatan manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan siklus menstruasi, asupan makan, dan status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas toboali tahun 2022. Penelitian ini adalah menggunakan rancangan penelitian kuantitatif cross sectional dilakukan di Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh calon pengantin yang ada di Puskesmas Toboali yaitu sebanyak 167 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 68 responden pada calon pengantin di puskesmas toboali menggunakan teknik random sampling. Analisis data penelitian dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji chi square. Hasil penelitian ditemukan ada 88.2% responden anemia, 16.2% responden mempunyai siklus menstruasi pendek, 57.4% responden mempunyai asupan makan kurang baik, 23.5% responden gizi kurang. Hasil uji bivariat ditemukan tidak ada hubungan siklus menstruasi dengan anemia ( $p = 0.337$ ), ada hubungan asupan makan dengan anemia ( $p = 0.001$ ), dan tidak ada hubungan antara status gizi dengan anemia ( $p = 0.734$ ). Dapat disimpulkan bahwa variabel yang berhubungan dengan anemia pada calon pengantin adalah asupan. Maka dari itu disarankan bagi calon pengantin untuk menjaga asupan makan dengan konsumsi makanan bergizi.

---

© 2023 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

---

## PENDAHULUAN

Anemia menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia dan menjadi tantangan besar bagi kesehatan manusia. Anemia mempengaruhi jutaan orang baik di negara maju maupun di negara berkembang. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang disebabkan kurangnya zat gizi makro yaitu protein dan zat gizi mikro yaitu Fe dan asam folat. Perempuan lebih berisiko lebih tinggi mengalami anemia

dibandingkan dengan laki-laki karena meningkatnya kebutuhan besi terutama disebabkan kehilangan zat besi selama masa menstruasi.

Di Indonesia, anemia karena kekurangan zat besi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang belum selesai diatasi. Keadaan anemia mengakibatkan kandungan hemoglobin (Hb) yang membawa oksigen ke jaringan tubuh di bawah standar normal sehingga mengakibatkan berbagai komplikasi seperti kelelahan dan stress pada organ tubuh. Kekurangan kadar Hb dalam darah akan mengakibatkan tubuh menjadi cepat lemah, letih, lelah, lesu dan lunglai. Dalam jangka panjang, anemia dapat mengakibatkan penurunan produktivitas kerja.

WHO melaporkan bahwa prevalensi ibu hamil di seluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8%. Prevalensi di antara ibu hamil bervariasi dari 31% di Amerika Selatan hingga 64% di Asia bagian selatan. Gabungan Asia selatan dan Tenggara turut menyumbang hingga 58% total penduduk yang mengalami anemia di negara berkembang. Di Amerika Utara, Eropa dan Australia jarang di jumpai anemia karena defisiensi zat besi selama kehamilan. Bahkan di AS hanya terdapat sekitar 5% anak kecil dan 5-10 % wanita dalam usia produktif yang menderita anemia karena defisiensi zat besi.

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia yaitu 48,9% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 84,6%, 25-34 tahun sebesar 33,7%, 35-44 tahun sebesar 33,6%, dan 45-54 tahun sebesar 24%. Data ini mengalami peningkatan signifikan dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun 2013 yakni sebesar 37,1%.<sup>4,5</sup> Sementara, jumlah kasus anemia pada ibu hamil di Provinsi Bangka Belitung sebanyak 2.539 orang atau 8,9%.<sup>6</sup> Tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil, maka perlunya diketahui status anemia ibu sebelum hamil atau pada saat menjadi calon pengantin.

Dampak yang ditimbulkan akibat anemia karena kekurangan zat besi sangat kompleks. Hal ini tentunya juga berdampak pada wanita usia subur (WUS) pranikah yang akan menjadi calon pengantin. Calon pengantin setelah pernikahan akan menghadapi masa kehamilan dan menghasilkan generasi penerus bangsa. Kondisi anemia yang terjadi pada masa ini berisiko memberikan efek buruk terhadap janin yang akan dikandung oleh WUS nantinya. Anemia dapat menyebabkan perdarahan pada saat persalinan, berat lahir bayi rendah, bayi lahir premature, serta komplikasi kehamilan dan persalinan.

Faktor utama penyebab anemia yaitu kurangnya asupan makan. Faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia antara lain status gizi dan siklus menstruasi. Pada wanita khususnya wanita usia subur atau calon pengantin menjelang hamil berisiko mengalami anemia zat besi dibandingkan kelompok yang lain. Karena wanita mengalami menstruasi yang datang setiap bulan maka kebutuhan zat besi pada wanita jauh lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Namun demikian wanita mampu mengabsorpsi zat besi lebih efisien jika makanan yang dikonsumsi mencukupi kebutuhan.

Anemia berhubungan erat dengan konsumsi makanan yang, terutama protein, zat besi, dan seng sebagai pembentuk hemoglobin. Terjadinya anemia tidak hanya disebabkan oleh rendahnya jumlah makanan yang dikonsumsi, namun faktor gizi bahan makanan juga sangat memengaruhi. Sintesis hemoglobin memerlukan ketersediaan zat besi dan protein yang cukup. Ketika simpanan besi tidak adekuat akan menyebabkan jumlah eritrosit protoporfirin bebas meningkat. Kemudian eritrosit mikrositik diproduksi sehingga nilai hemoglobin turun.

Menstruasi secara normal berlangsung antara 2-7 hari setiap bulannya. Keadaan ini juga dapat meningkatkan risiko kejadian anemia. Volume darah yang keluar selama masa menstruasi rata-rata mencapai 33-50 ml atau sekitar 7 sampai dengan 10 sendok

teh/hari. Pada periode menstruasi tersebut wanita kehilangan sekitar 30 mg besi. Banyaknya darah yang hilang akan menyebabkan perempuan yang sedang menstruasi cenderung mengalami lemas, lesu hingga mata berkunang-kunang dimana ini adalah salah satu tanda-tanda anemia defisiensi besi. Hal ini dapat diperparah jika siklus menstruasi bertambah lama karena banyaknya jumlah darah yang dikeluarkan.

Status gizi juga memberikan kontribusi sebesar 30.6% dalam mempengaruhi kejadian anemia. Salah satu indikator pengukuran status gizi dengan lingkaran lengan atas (LILA). Untuk mencegah risiko status gizi kurang pada ibu hamil sebaiknya sebelum hamil atau calon pengantin memiliki LILA  $\geq 23,5$  cm. Jika kurang dari angka tersebut sebaiknya kehamilan tertunda untuk mencegah terjadinya anemia. Pada wanita dengan LILA  $< 23,5$  cm cenderung mempunyai nutrisi kurang, sehingga kejadian anemia akan semakin berat.

Jumlah calon pengantin di Puskesmas Toboali dari bulan Januari sampai dengan Agustus tahun 2022 ada sebanyak 167 orang. Dari jumlah tersebut, jumlah calon pengantin yang anemia ada sebanyak 78 orang dan yang KEK ada 65 orang.

## **LANDASAN TEORI**

### **Calon Pengantin**

#### **Definisi Calon Pengantin**

Calon Pengantin adalah terdiri dari dua kata yaitu calon dan pengantin, yang memiliki arti sebagai berikut, Calon adalah orang yang akan menjadi pengantin. Sedangkan Pengantin adalah orang yang sedang melangsungkan pernikahannya. Jadi calon pengantin adalah seorang laki-laki dan seorang perempuan yang ingin atau berkehendak untuk melaksanakan pernikahan. Calon pengantin dapat dikatakan sebagai pasangan yang belum mempunyai ikatan, baik secara hukum Agama ataupun Negara dan pasangan tersebut berproses menuju pernikahan serta proses memenuhi persyaratan dalam melengkapi data-data yang diperlukan untuk pernikahan. CATIN atau Calon Pengantin menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan istilah yang digunakan pada wanita usia subur yang mempunyai kondisi sehat sebelum hamil agar dapat melahirkan bayi yang normal dan sehat serta calon pengantin laki-laki yang akan diperkenalkan dengan permasalahan kesehatan reproduksi dirinya serta pasangan yang akan dinikahinya

### **Anemia**

#### **Definisi Anemia**

Anemia merupakan keadaan tubuh dengan konsentrasi hemoglobin (Hb) yang rendah di dalam darah. Normalnya, kadar Hb laki-laki berbeda dengan perempuan. Laki-laki dikatakan anemia saat memiliki Hb lebih rendah dari 13,5 gram/ 100 ml sedangkan perempuan dikatakan anemia saat memiliki Hb lebih rendah dari 12,0 gram/ 100 ml. Anemia dapat menyebabkan masalah kesehatan karena hemoglobin merupakan bagian dari sel darah merah dan memiliki peran untuk mengikat oksigen serta mendistribusikannya ke semua jaringan tubuh. Dampak dari kurangnya oksigen pada jaringan otak serta otot dapat menimbulkan gejala seperti menurunnya konsentrasi dan menurunnya kebugaran untuk melaksanakan kegiatan.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Hal ini dilakukan untuk menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi, dan untuk mempelajari hubungan antara variabel bebas (independent) dan variabel terikat (dependent) pada saat bersamaan. Pada penelitian ini

anemia calon pengantin sebagai variabel dependen. Sementara siklus menstruasi, asupan makan, dan status gizi sebagai variabel independen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mendapatkan gambaran proporsi dari masing-masing variabel yang diteliti yaitu siklus menstruasi, asupan makan, dan status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022. Hasil analisis univariat dipersentasikan dengan tabel sebagai berikut:

**Tabel 1.1 Gambaran Anemia pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Anemia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Anemia	60	88.2
Tidak anemia	8	11.8
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100.0</b>

Sumber : IBM SPSS Statistics 25

Berdasarkan tabel 6.1 menunjukkan bahwa dari 68 responden, ada sebanyak 60 responden (88.2%) yang mengalami anemia. Sedangkan responden yang tidak mengalami anemia hanya ada 8 responden (11.8%).

**Tabel 5.2 Gambaran Siklus Menstruasi pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Presentase (%)
Pendek	11	16.2
Panjang	57	83.8
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100.0</b>

Sumber : IBM SPSS Statistics 25

Sedangkan responden yang mempunyai siklus menstruasi panjang ada 57 responden (83.8%).

**Tabel 5.3 Gambaran Asupan Makan pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Asupan Makan	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang baik	39	57.4
Baik	29	29
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100.0</b>

Sumber : IBM SPSS Statistics 25

Berdasarkan tabel 6.3 menunjukkan bahwa dari 68 responden, ada 39 responden (57.4%) yang mempunyai asupan makan kurang baik. Sedangkan responden yang mempunyai asupan makan baik ada 29 responden (29%).

**Tabel 5.4 Gambaran Status Gizi pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
-------------	-----------	----------------

	(n)	
Gizi kurang	16	23.5
Normal	45	66.2
Overweight	7	10.3
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100.0</b>

Sumber : IBM SPSS Statistics 25

Berdasarkan tabel 6.4 menunjukkan bahwa dari 68 responden, terdapat 16 responden (23.5%) dengan gizi kurang. Responden dengan gizi normal yaitu ada sebanyak 45 responden (66.2%). Sedangkan responden yang overweight hanya ada 7 responden (10.3%).

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan melihat hubungan siklus menstruasi, asupan makan, dan status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022. Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada tabel berikut ini

**Tabel 5.5 Hubungan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Siklus	Anemia				Total	P Value	OR 95% CI
	Anemia		Tidak anemia				
	N	%	N	%			
Pendek	11	100.0	0	0.0	11	100.0	0.337 1.1(1.0- 1.2)
Panjang	49	86.0	8	14.0	57	100.0	
Total	60	88.2	8	11.8	68	100.0	

Sumber : IBM SPSS Statistics 25

Berdasarkan hasil analisis hubungan siklus menstruasi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022 pada tabel 6.5 menunjukkan bahwa ada sebanyak 11 responden (100.0%) dengan siklus menstruasi pendek mengalami anemia. Sedangkan responden dengan siklus menstruasi panjang yang mengalami anemia sebanyak 49 responden (86.0%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0.337$ , yang artinya tidak ada hubungan siklus menstruasi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 1.1(1.0-1.2), responden dengan siklus menstruasi pendek berpeluang 1.1 kali mengalami anemia.

**Tabel 5.6 Hubungan Asupan Makan dengan Anemia pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Asupan Makan	Anemia				Total	P Value	OR 95% CI
	Anemia		Tidak anemia				
	N	%	N	%			
Kurang baik	39	100.0	0	0.0	39	100.0	0.001 1.3(1.1- 1.7)
Baik	21	72.4	8	27.6	29	100.0	
Total	60	88.2	8	11.8	68	100.0	

Sumber : IBM PSS Statistics 25

Berdasarkan hasil analisis hubungan asupan makan dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022 pada tabel 6.6 menunjukkan bahwa ada sebanyak 39 responden (100.0%) dengan asupan makan kurang baik yang mengalami anemia. Sedangkan responden dengan asupan makan baik yang mengalami anemia ada 21 responden (72.4%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0.001$  yang artinya terdapat hubungan asupan makan dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 1.3(1.1-1.7), responden dengan asupan makan kurang baik berpeluang 1.3 kali mengalami anemia.

**Tabel 5.7 Hubungan Status Gizi dengan Anemia pada Calon Pengantin di Puskesmas Toboali Tahun 2022**

Status Gizi	Anemia						P Value
	Anemia		Tidak anemia		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Gizi kurang	15	93.8	1	6.3	16	100	0.734
Normal	39	86.7	6	13.3	45	100	
Overweight	6	85.7	1	14.3	7	100	
Total	60	88.2	8	11.8	68	100	

Sumber : IBM SPSS Statistics 25

Berdasarkan hasil analisis status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022 pada tabel 6.7 menunjukkan bahwa ada sebanyak 15 responden (93.8%) dengan status gizi kurang mengalami anemia. Sedangkan responden dengan status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 39 responden (86.7%). Selain itu, responden dengan status gizi overweight yang mengalami anemia ada 6 orang responden (85.7%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0.734$  yang artinya tidak ada hubungan antara status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022.

## Pembahasan

### 1. Hubungan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Calon Pengantin

Penelitian ini menemukan bahwa ada sebanyak 11 responden (100.0%) dengan siklus menstruasi pendek mengalami anemia. Sedangkan responden dengan siklus menstruasi panjang yang mengalami anemia sebanyak 49 responden (86.0%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0.337$ , yang artinya tidak ada hubungan siklus menstruasi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 1.1(1.0-1.2), responden dengan siklus menstruasi pendek berpeluang 1.1 kali mengalami anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya di Surabaya bahwa tidak ada hubungan antara siklus menstruasi ( $p = 0,731$ ) dengan kejadian anemia.<sup>26</sup> Penelitian di jepara juga menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara siklus menstruasi dengan kejadian Anemia didapatkan nilai  $p$  value sebesar  $0,749 > (\alpha = 0,05)$ .<sup>27</sup> Hasil penelitian ini berbeda yang penelitian yang dilakukan Nofianti yang membuktikan ada hubungan hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia di Kabupaten Tabanan dengan nilai  $p = 0,001$ .<sup>28</sup> Penelitian di Banjarbaru juga menunjukkan ada hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia dengan uji chi square didapatkan  $p$ -value sebesar  $0,003 < 0,05$ .

Banyaknya darah yang keluar akan berpengaruh pada kejadian anemia. Responden yang mengalami siklus menstruasi normal masih memiliki persediaan zat besi sebagai pengganti zat besi yang telah hilang selama menstruasi berlangsung sehingga tidak terjadi anemia. Apabila terjadi kehilangan zat besi saat menstruasi maka responden disarankan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi agar kadar Hb meningkat sehingga terhindar dari anemia.

Menurut peneliti tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dengan anemia karena banyak faktor yang mempengaruhi anemia pada calon pengantin diantaranya asupan zat besi dari makanan atau suplemen. Meskipun calon pengantin mempunyai siklus menstruasi yang panjang akan tetapi jika asupan zat besinya kurang, maka cadangan zat besi dalam tubuh juga menipis, sehingga bisa terjadi anemia. Dengan demikian, disarankan bagi calon pengantin untuk konsumsi makanan yang kaya akan zat besi untuk mencegah anemia.

## **2. Hubungan Asupan Makan dengan Anemia pada Calon Pengantin**

Penelitian ini menemukan bahwa ada sebanyak 39 responden (100.0%) dengan asupan makan kurang baik yang mengalami anemia. Sedangkan responden dengan asupan makan baik yang mengalami anemia ada 21 responden (72.4%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0.001$  yang artinya terdapat hubungan asupan makan dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 1.3(1.1-1.7), responden dengan dengan asupan makan kurang baik berpeluang 1.3 kali mengalami anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa ada hubungan antara asupan makan dengan kejadian anemia di Kota Bengkulu dengan rancangan cross-sectional. Ada sebanyak 15 responden yang pola makan tidak sehat terdapat hampir sebagian besar responden (46,7%) mengalami anemia, sedangkan dari 15 responden yang pola makan sehat terdapat hampir seluruh responden (93,3%) tidak mengalami anemia.<sup>13</sup> Penelitian di Jakarta Timur juga menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia.<sup>30</sup> Sedangkan penelitian lain yang dilakukan Restuti dan Susindra pada tahun 2016 menunjukkan tidak terdapat hubungan antara asupan zat gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa asupan energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin C tidak ada hubungan yang signifikan dengan anemia.

Asupan makanan yang kurang menyebabkan simpanan zat besi yang lebih rendah, sehingga lebih rentan mengalami anemia zat besi saat asupan zat besi kurang atau kebutuhan meningkat. Jika zat besi yang dikonsumsi terlalu sedikit, sedangkan kebutuhan zat besi meningkat, cadangan zat besi di dalam tubuh akan digunakan dan hal tersebut menimbulkan defisiensi zat besi.<sup>21</sup> Anemia terjadi karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan asupan makan. Zat gizi yang dimaksudkan antara lain besi dan protein serta vitamin C yang mempengaruhi penyerapan besi dalam tubuh. Kurangnya asupan protein akan mengakibatkan transportasi zat besi terhambat sehingga akan terjadi defisiensi besi. Defisiensi besi dapat mengakibatkan simpanan besi dalam tubuh akan digunakan untuk memenuhi kebutuhan besi dalam tubuh. Apabila simpanan besi habis maka tubuh akan kekurangan sel darah merah dan jumlah hemoglobin didalamnya akan berkurang pula sehingga mengakibatkan anemia.

Menurut peneliti asupan makan berhubungan dengan anemia karena asupan makan mencerminkan zat gizi yang terkandung dalam makanan. Jika asupan makan responden kurang baik, hal ini menunjukkan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan

hemoglobin juga kurang. Makanan yang kita makan mengandung protein, zat besi, dan vitamin C yang dibutuhkan dalam pembentukan hemoglobin. Dengan demikian, responden yang mempunyai asupan gizi rendah berisiko lebih tinggi untuk anemia dibandingkan responden yang mempunyai asupan gizi baik. Maka dari itu, disarankan bagi calon pengantin untuk konsumsi makan yang baik dan bergizi untuk mencegah anemia.

### 3. Hubungan Status Gizi dengan Anemia pada Calon Pengantin

Penelitian ini menemukan bahwa ada sebanyak 15 responden (93.8%) dengan status gizi kurang mengalami anemia. Sedangkan responden dengan status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 39 responden (86.7%). Selain itu, responden dengan status gizi overweight yang mengalami anemia ada 6 orang responden (85.7%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0.734$  yang artinya tidak ada hubungan antara status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Restuti dan Susindra pada tahun 2016 yang menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia dengan nilai  $p = 0,36$ . Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 45 subyek memiliki status gizi normal dan tidak anemia, namun masih terdapat 17 subyek yang memiliki status gizi normal tetapi anemia.<sup>31</sup> Penelitian Indartanti pada tahun 2020 juga menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia dengan nilai  $p = 0,289$ .

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Triwinarni pada tahun 2017 bahwa ada hubungan status dengan kejadian anemia gizi besi pada siswi SMA di Kecamatan Pakem dengan  $p = 0,017$ .<sup>34</sup> Penelitian Apriyanti pada tahun 2019 juga menunjukkan ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan dengan  $p$  value = 0,011.

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat antara konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat-zat gizi atau keadaan fisiologik akibat dari tersedianya zat gizi dalam tubuh.<sup>25</sup> Pada wanita dengan status gizi kurang cenderung mempunyai nutrisi kurang, sehingga kejadian anemia akan semakin berat.

Menurut peneliti tidak ada hubungan antara status gizi dengan anemia pada calon pengantin karena sebagian besar responden mempunyai status gizi baik. Pada penelitian ini hanya terdapat 16 responden (23.5%) yang mengalami gizi kurang. Selain itu, penyebab anemia tidak hanya disebabkan oleh status gizi tetapi juga karena asupan makan, cacingan, dan lain sebagainya.

## KESIMPULAN

1. Ada sebanyak 60 responden (88.2%) yang mengalami anemia, 11 responden (16.2%) yang mempunyai siklus menstruasi pendek, 39 responden (57.4%) yang mempunyai asupan makan kurang baik, dan 16 responden (23.5%) dengan gizi kurang.
2. Tidak ada hubungan siklus menstruasi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022 dengan nilai  $p = 0.337$
3. Ada hubungan asupan makan dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022 dengan nilai  $p = 0.001$
4. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan anemia pada calon pengantin di puskesmas Toboali tahun 2022 dengan nilai  $p = 0.734$ .

## SARAN

1. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Bangka Selatan  
Meningkatkan kegiatan promotif program penanggulangan anemia pada calon pengantin di Kabupaten Bangka Selatan dengan bekerjasama dengan Departemen Agama Kabupaten Bangka Selatan mengenai penyuluhan kesehatan reproduksi dan KB dan bekerjasama dengan Dinas Pendidikan Kabupaten Bangka Selatan untuk penjangkauan kesehatan, kesehatan reproduksi, dan pembagian tablet tambah darah dan pembagian obat cacing di sekolah.
2. Bagi Puskesmas Toboali  
Meningkatkan penyuluhan kepada calon pengantin untuk mencegah anemia
3. Bagi Calon Pengantin  
Menjaga asupan makan dengan konsumsi makanan yang bergizi seimbang yang lebih dikenal dengan menu 4 bintang (karbohidrat, protein hewani, protein nabati, vitamin dan mineral).
4. Bagi Peneliti lain  
Meneliti faktor lain yang berkaitan dengan anemia pada calon pengantin seperti pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga.

## DAFTAR REFERENSI

- [1] Hidayah NN. Hubungan Antara Asupan Zat Fe Dan Asupan Protein Dengan Kejadian Anemia Pada Calon Pengantin Wanita Di Wilayah Kabupaten Bantul. Universitas Alma Ata, [Http://Elibrary.Almaata.Ac.Id/Id/Eprint/2131](http://Elibrary.Almaata.Ac.Id/Id/Eprint/2131) (2020).
- [2] Martiasari A, Susaldi, Mariana Mangoto S, Et Al. Hubungan Pengetahuan Status Gizi Dan Pola Menstruasi Pada Anemia Remaja Putri. *SIMFISIS J Kebidanan Indones* 2022; 1: 131-137.
- [3] Kariani NK, Rachma S. Edukasi Anemia Pada Ibu Hamil Masa Pandemi Covid-19 Di. *AMMA J Pengabdian Masy* 2022; 1: 74-77.
- [4] Kemenkes. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. 2018.
- [5] Kemenkes. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013. 2013. Epub Ahead Of Print 2013. DOI: 1 Desember 2013.
- [6] Dinas Kesehatan Provinsi Bangka Belitung. Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung 2019. 2019.
- [7] Hendriani N, Fatimah S, Siti Fatimah OZ. Gambaran Karakteristik Calon Pengantin Tentang Tanda Bahaya Anemia Di Puskesmas Makasar Jakarta Timur. *J Ilm Kesehat* 2020; 12: 62-69.
- [8] Muhayari A, Ratnawati D. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia. *J Ilm Ilmu Keperawatan Indones*; 9.
- [9] Kumalasari D, Kameliawati F, Mukhlis H, Et Al. Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Wellness Heal Mag* 2019; 1: 187-192.
- [10] Ardiyanti A, Melani V, Nadiyah -, Et Al. Citra Tubuh, Kecukupan Gizi, Status Gizi, Dan Status Anemia Pada Wanita Pranikah. *J Gizi* 2021; 10: 42.
- [11] Mutiarasari D. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tinggede. *J Kesehat Tadulako* 2019; 5: 42-48.
- [12] Mutmainnah, Sitti Patimah, Septiyanti. Hubungan KEK Dan Wasting Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Majene. *Wind Public Heal J* 2021; 561-569.
- [13] Mariana D, Wulandari D, Padila P. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas. *J Keperawatan Silampari*

- 2018; 1: 108-122.
- [14] Septianaputri E. Kesehatan Bagi Calon Pengantin. Repository.Unimus.Ac.Id.
- [15] Siregar AAS. FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PANTAI CERMIN TAHUN 2020. UNIVERSITAS SUMATERA UTARA, 2021.
- [16] Padmi DRKN. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS TEGALREJO TAHUN 2017. POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA, 2018.
- [17] Winnie Carey. Faktor Resiko Anemia Pada Siswi SMP Negeri 25 Kecamatan Medan Labuhan.
- [18] Jaelani M, Simanjuntak BY, Yuliantini E. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J Kesehat* 2017; 8: 358.
- [19] Sharief SA. Kebiasaan Makan Dan Kejadian Anemia. *J Penelit Kesehat Suara Forikes* 2021; 12: 168-172.
- [20] ASRI DP. HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI, VITAMIN C DAN POLA MENSTRUASI DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 4 SURAKARTA. STIKES PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA, 2017.
- [21] Permatasari WM. Hubungan Antara Status Gizi, Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMA Negeri 3 Surabaya. Univ Airlangga.
- [22] BAYA TA. HUBUNGAN KEBIASAAN MINUM TEH DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN SUSPEK PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN SUKOHARJO. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA, 2021.
- [23] SULAEHA. HUBUNGAN STATUS GIZI, ASUPAN MAKANAN DAN PERILAKU MAKAN DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA NERS A ANGKATAN 2015 DAN 2016 FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS HASANUDDIN Sk. UNIVERSITAS HASANUDDIN, 2021.
- [24] SOFIATUN T. GAMBARAN STATUS GIZI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, AKTIVITAS FISIK, PENGETAHUANDAN PRAKTIK GIZI SEIMBANG PADA REMAJA DI PULAU BARRANG LOMPOMAKASSAR. UNIVERSITAS HASANUDDIN MAKASSAR, 2017.
- [25] Supariasa I Dewa N, Bakri B, Fajar I. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC, 2017.
- [26] Farinendya A, Muniroh L, Buanasita A. Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Dan Siklus Menstruasi Dengan Anemia Pada Remaja Putri. *Amerta Nutr* 2019; 3: 298.
- [27] Cholifah N, Rusnoto, Himawan R, Et Al. HUBUNGAN SIKLUS MENSTRUASI DAN INDEK MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA DI SMK ISLAM JEPARA. *J Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 2020; 11: 302-307.
- [28] Nofianti IGATP, Juliasih K, Wahyudi IW. Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *J Widya Biol* 2021; 12: 59-66.
- [29] Basith A, Agustina R, Diani N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan* 2017; 5: 1.

- [30] Wahyuni Y. Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur. *Fak Keperawatan Dan Kebidanan Univ Binawan* 2019; 1: 129.
- [31] Restuti AN, Susindra Y. Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi. *Ilm Inov ISSN* 2016; 1: 163-167.
- [32] Lewa AF. Hubungan Asupan Protein, Zat Besi Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di MAN 2 Model Palu. *Publ Kesehat Masy Indones* 2016; 3: 26-31.
- [33] Indartanti D, Kartini A. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J Kebidanan Mutiara Mahakam* 2020; 8: 112-118.
- [34] Triwinarni C, Hartini TNS, Susilo J. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Gizi Besi (AGB) Pada Siswi SMA Di Kecamatan Pakem. *J Nutr* 2017; 19: 61-67.
- [35] Apriyanti F. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *J Doppler Univ Pahlawan Tuanku Tambusai* 2019; 3: 18-21.